

# កូនសៀវភៅអំពីជំនួយផ្សេងៗ

សំរាប់

ប្រជាជនដែលបានចុះឈ្មោះក្នុងកម្មវិធីមេឌីខេដ

## ប្រព័ន្ធសុខភាពផ្លូវចិត្តសាធារណៈ

ថ្ងៃទី 1 ខែឧសភា ឆ្នាំ 2004

### សូមជំរាបមកដល់សមាជិកនៃកម្មវិធីមេឌីខេដនិងគ្រួសារ,

សេចក្តីផ្តើរដំណើរអំពីជំនួយផ្សេងៗនេះគឺបានផ្តល់ជូនដល់អ្នកនូវកូនសៀវភៅព័ត៌មាននិងមគ្គុទ្ទេសក៍ធនធាន ។ កូនសៀវភៅនេះបានកែប្រែឲ្យទានសម័យជាប្រចាំឆ្នាំ ។ ក្នុងភាពជាអ្នកទទួលជំនួយ រឿងនេះមានន័យតែមួយថា អ្នក មានលក្ខណសម្បត្តិសំរាប់ទទួលសេវាដែលបាន អធិប្បាយ និងមិនបានចង្អុលប្រាប់ថាមានសេវាដ៏ទៃផ្សេងទៀតជំនួយឡើយដែលអ្នក ប្រហែលអាចទទួលបាននោះមានការផ្លាស់ប្តូរច្រើនមាន ការផ្លាស់ប្តូរ ។

តាំងតែពីអ្នកប្តូរសមាជិកនៃគ្រួសាររបស់អ្នកបានចុះឈ្មោះក្នុងកម្មវិធីមេឌីខេដ អ្នកប្តូរសមាជិកគ្រួសារនោះប្រហែលអាចមានលក្ខណៈសម្បត្តិ សំរាប់ទទួលសេវាសុខភាពផ្លូវចិត្ត ។ ការស្វែងរកការមើលថែទាំសុខភាពផ្លូវចិត្តជូនកាលអាចទៅជាជ្រើសរើរមានការពិបាកនិងស្មុគស្មាញពិបាក ក្នុងការធ្វើ ។ កូនសៀវភៅអំពីជំនួយផ្សេងៗនេះ នឹងជួយឆ្លើយនូវសំណួរនានាដែលអ្នកប្រហែលមានចំណង់អំពីកម្មវិធីមេឌីខេដផ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្ត នៅក្នុងរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោន ។ ចូរប្រើតារាងមាតិកានៅខាងក្រោមនេះដើម្បីស្វែងរកព័ត៌មានដ៏មានតំលៃនៅក្នុងកូនសៀវភៅនេះ ដោយរួមទាំង៖

- របៀបទទួលសេវា - ដោយរួមទាំងអ្វីៗដែលត្រូវធ្វើក្នុងភាពបន្ទាន់អាសន្ន ;
- ជំនួយអ្វីខ្លះដែលអាចមាននៅក្រោមកម្មវិធីសុខភាពផ្លូវចិត្តផ្នែកមេឌីខេដ ;
- ជំនួយដែលអាចមានសំរាប់ជួយអ្នកឲ្យយល់ពីប្រយោជន៍របស់អ្នក, កម្មវិធីសុខភាពផ្លូវចិត្តផ្នែកមេឌីខេដ, និងព័ត៌មានអំពីបញ្ហាសុខភាព ផ្លូវចិត្ត ;
- អ្នកមានសិទ្ធិអ្វីខ្លះ ហើយនិងរបៀបដាក់ពាក្យបណ្តឹងពិការភ្នែកផ្តែរ ; និង
- របៀបអ្នកនិងសមាជិកគ្រួសាររបស់អ្នកអាចចូលរួម ក្នុងការជួយឲ្យយើងផ្តល់សេវាឲ្យកាន់តែប្រសើរឡើង ។

បើសិនជាអ្នកប្តូរសមាជិកក្នុងគ្រួសាររបស់អ្នកត្រូវការសេវាសុខភាពផ្លូវចិត្ត កូនសៀវភៅនេះនឹងជួយអ្នកធ្វើការសំរេចចិត្ត ថាតើសេវាណាមួយដែលជួយនិងសេចក្តីត្រូវការរបស់អ្នកយ៉ាងប្រសើរបំផុត ។

### នាយកដ្ឋានសុខភាពផ្លូវចិត្ត - ការិយាល័យការងារអ្នកប្រើប្រាស់

គឺជាការសំខាន់សំរាប់យើងដែលអ្នកប្រើប្រាស់និងសមាជិកគ្រួសារទទួលសេវាសុខភាពផ្លូវចិត្តដ៏មានគុណភាពល្អ ហើយដែលអ្នកមានការ ពេញចិត្តចំពោះសេវាទាំងអស់នេះ ។ យើងមានការិយាល័យពិសេសដែលមានបុគ្គលិកអាចឆ្លើយនូវសំណួររបស់អ្នកនិងជួយអ្នកឲ្យទទួលបានសេវា ដែលអ្នកត្រូវការ ។

ដើម្បីទាក់ទងការិយាល័យការងារអ្នកប្រើប្រាស់នៃនាយកដ្ឋានសុខភាពផ្លូវចិត្ត,  
ចូរទូរស័ព្ទមកលេខ **1-800-446-0259** ។



# តារាងមាតិកា

- អារម្ភកថា និងការបង្រៀមសេចក្តី ..... 1
- ការទទួលសេវាសុខភាពផ្លូវចិត្តសាធារណៈ ..... 2
- សិទ្ធិរបស់អ្នក ..... 3
- អ្នកផ្តល់ការបម្រើទៅតាមតំបន់ ..... 7
- Chelan-Douglas RSN ..... 7
- Clark County RSN ..... 7
- Grays Harbor RSN ..... 7
- Greater Columbia Behavioral Health RSN ..... 8
- King County RSN ..... 9
- North Central WA RSN ..... 10
- North Sound RSN ..... 10
- Northeast WA RSN ..... 11
- Peninsula RSN ..... 11
- Pierce County RSN ..... 11
- Southwest RSN ..... 12
- Spokane County RSN ..... 12
- Thurston-Mason RSN ..... 13
- Timberlands RSN ..... 13



# និយមន័យ

## ទីភ្នាក់ងារសុខភាពផ្លូវចិត្តនៃសហគមន៍ (CMHA)

មន្ទីរផ្តល់សេវាសុខភាពផ្លូវចិត្តដែលមានអាជ្ញាប័ណ្ណ ។ នៅក្នុងកូនសៀវភៅនេះ ទីភ្នាក់ងារសុខភាពផ្លូវចិត្តសហគមន៍នឹងត្រូវហៅថា ទីភ្នាក់ងារ ។

### ការមើលថែទាំបន្ទាន់អាសន្ន

សេវាបានផ្តល់ឲ្យសំរាប់មនុស្សម្នាក់ បើសិនជាមិនបានផ្តល់ឲ្យវិញ នោះនឹងអាចបណ្តាលឲ្យមានការត្រូវការសំរាប់អន្តរាគមន៍ផ្នែកវិបត្តិ ឬសំរាប់ការវាយតម្លៃនៃមន្ទីរពេទ្យដោយយោលទៅលើការព្រួយបារម្ភអំពីគ្រោះថ្នាក់យ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរ ចំពោះខ្លួនឯង, អ្នកដទៃ, ឬធ្វើឲ្យមានពិការភាព ។

### អ្នកចុះឈ្មោះ

ជនម្នាក់ៗដែលជាអ្នកទទួលកម្មវិធីមេឌីខេដ ដែលបានចុះឈ្មោះក្នុងផែនការសុខភាពអ្នកជំងឺក្នុងមន្ទីរពេទ្យផ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្តដែលបានបង់ប្រាក់ជាមុន ។

### ភាពចាំបាច់ផ្នែកពេទ្យ ឬភាពចាំបាច់ដោយលក្ខណៈផ្នែកពេទ្យ

សេវាដែលបានស្នើសុំដែលបានគិតត្រូវដោយសមហេតុផលដើម្បីការពារ, ធ្វើអាគរិវិទ្ធិយ៉ាង, កែតម្រូវ, ធ្វើឲ្យសះស្បើយ, ធ្វើឲ្យត្រូវស្រាល ឬការពារកុំឲ្យមានលក្ខណៈធ្ងន់ធ្ងរនូវលក្ខណៈទទួល ដែលអាចធ្វើឲ្យគ្រោះ ថ្នាក់ដល់ជីវិត ឬបណ្តាលឲ្យរងទុក្ខទោសឬឈឺចាប់, ឬបណ្តាលឲ្យធ្លាក់ខ្លួនឈឺឬឲ្យទន់ខ្សោយ, ឬគំរាមបណ្តាលឲ្យមានពិការភាពប្រតិបត្តិការ, ឬខូចប្រទ្រង់ទ្រាយឬមិនដើរ, និងគ្មានរបស់ផ្សេងទៀតដែលមានប្រសិទ្ធភាពស្នើ, មានអភិរក្សយ៉ាងច្រើនជាង ឬរយៈពេលព្យាបាលដែលអាចមាននិរន្តរ៍ចាក់ចេញច្រើនគួរសម ឬមានការសមរម្យល្អដល់ប្រយោជន៍ដែលស្នើសុំសេវាបម្រើ ។ រយៈពេលព្យាបាលធម្មតាអាចមានរួមនូវការពិនិត្យប៉ុណ្ណោះ ឬបើសិនជាសមរម្យគ្មានការព្យាបាលទាល់តែសោះ ។

ជាបន្ថែមទៀត បុគ្គលម្នាក់ត្រូវតែបានកំណត់ថាមានជំងឺផ្លូវចិត្តដែលធានាដោយរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោនសំរាប់សេវាសុខភាពផ្លូវចិត្តសាធារណៈ ។ ពិការភាព(ច្រើនផ្នែក)របស់បុគ្គលម្នាក់ៗនិងសេចក្តីត្រូវការ(ច្រើនយ៉ាង)ដែលជាប់ទាក់ទងក្នុងរឿងនេះត្រូវតែជាលទ្ធផលនៃជំងឺផ្លូវចិត្ត ។ អន្តរាគមន៍គឺបានចាត់ថាជាការចាំបាច់សមហេតុផលដើម្បីធ្វើឲ្យប្រសើរ ធ្វើឲ្យមានស្ថេរភាព ឬការពារមិនឲ្យចុះទ្រុឌទ្រោមនៃចលនាដែលបណ្តាលមកពីវត្តមាននៃជំងឺផ្លូវចិត្ត ។ បុគ្គលម្នាក់គឺរឹងមាំនិងទទួលបានប្រយោជន៍ពីអន្តរាគមន៍នេះ ។ ប្រព័ន្ធផ្លូវចិត្ត និងមិនជាផ្លូវការ ឬការគាំទ្រដទៃផ្សេងទៀតណាមួយមិនអាចដោះស្រាយសេចក្តីត្រូវការដែលមិនរួមរបស់បុគ្គលម្នាក់ៗ ។

## អ្នកផ្តល់ការមើលថែទាំផ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្ត (MHCP)

បុគ្គលម្នាក់ដែលមានការទទួលខុសត្រូវចាំបាច់សំរាប់ប្រតិបត្តិចំពោះផែនការបុគ្គលម្នាក់ៗសំរាប់សេវាធ្វើឲ្យបានប្រសើរឡើងវិញផ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្ត ។

## នាយកដ្ឋានសុខភាពផ្លូវចិត្ត (MHD)

នាយកដ្ឋាននៅក្នុងក្រសួងសង្គមកិច្ចនិងសុខាភិបាល (DSHS) នៃរដ្ឋដែលមានការទទួលខុសត្រូវសំរាប់សេវាសុខភាពផ្លូវចិត្តសាធារណៈ ។

## ខាងវិជ្ជាជីវៈផ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្ត

បុគ្គលម្នាក់ដែលជួបនឹងបទដ្ឋានដែលបានឲ្យនិយមន័យក្នុងច្បាប់រដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោន ។ បទដ្ឋាននោះគឺយោលទៅលើកិច្ចសិក្សាចំនួនប៉ុណ្ណាដែលមនុស្សនោះមាន ហើយតើការពិសោធន៍ប៉ុន្មានដែលមនុស្សនោះមាននៅក្នុងសុខភាពផ្លូវចិត្ត ។ អ្នកមានវិជ្ជាជីវៈផ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្តស្ទើរតែទាំងអស់មានសញ្ញាប័ត្របរិញ្ញាបត្រ (Master s Degree) និងយ៉ាងហោចណាស់មានការពិសោធន៍ពីរឆ្នាំផ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្ត ។ គឺមានការលើកលែងខ្លះដែលមាននិយមន័យនៅក្នុងច្បាប់ ។ គ្រូពេទ្យរីកលចរិត, អ្នកចិត្តវិជ្ជា, គិលានុបដ្ឋាក-យិកាផ្នែកភោគវិកលចរិត និងអ្នកធ្វើការផ្នែកសង្គមកិច្ចទាំងអស់គ្នាគឺជាអ្នកមានវិជ្ជាជីវៈផ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្ត ។

## អ្នកស៊ើបអង្កេតពាក្យបណ្តឹង

ជនដែលអាចជួយអ្នក នៅពេលដែលអ្នកត្រូវការដាក់ពាក្យបណ្តឹងសារទុក្ខ ឬធ្វើសវនាការដើម្បីត្រួតពិនិត្យ ។

## សេវាបម្រើអ្នកជំងឺនៅក្រៅមន្ទីរពេទ្យ

សេវាដែលបានបម្រើសុខភាពផ្លូវចិត្តនៅក្នុងសហគមន៍ ។

## បណ្តាញឧបត្ថម្ភតាមតំបន់ (RSN)

ការទទួលខុសត្រូវរបស់ខោនធីឬក្រុមខោនធីសំរាប់សេវាសុខភាពផ្លូវចិត្តសាធារណៈ តាមតំបន់ ។ ការមើលថែទាំដោយប្រញាប់ប្រញាល់

ដើម្បីផ្តល់ការបម្រើដល់បុគ្គលដែលខិតខំចូលដល់វិបត្តិសុខភាពផ្លូវចិត្ត ។ បើសិនជាការបម្រើមិនបានទទួលក្នុងរយៈពេល 24 ម៉ោងតាមការស្នើសុំ នោះស្ថានភាពរបស់ បុគ្គលគឺហាក់ដូចជាកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរឡើងៗ រហូតទៅដល់ចំណុចមួយដែលការមើល ថែទាំបន្ទាន់អាសន្នគឺជាការចាំបាច់ ។

# អារម្ភកថាវិធីការបង្រួមសេចក្តី

នេះគឺជាកូនស្បែកភោគភិក្ខុសេវាសុខភាពផ្លូវចិត្តដែលអាចមានសំរាប់មនុស្សដែលទទួលបានជំងឺរយមេឌីខេដ ។

នៅក្នុងកូនស្បែកភោគភិក្ខុនេះអ្នកនឹងឃើញមាន៖

- ការព្យាបាលសេវាសុខភាពផ្លូវចិត្តសាធារណៈផ្សេងៗដែលអាចមាន ;
- របៀបដែលសេវាទាំងអស់នោះបានផ្តល់ឲ្យ ;
- កន្លែងដែលទទួលសេវា ;
- សិទ្ធិរបស់អ្នកក្នុងនាមជាជនដែលទទួលសេវាទាំងអស់នោះ ;
- របៀបការពារសិទ្ធិរបស់អ្នក ។

អ្នកនឹងរកឃើញព័ត៌មានអំពីសេវាសុខភាពផ្លូវចិត្តដែលអាចមាននៅទីរួមបំរើក្នុងតំបន់របស់អ្នក ។ មន្ទីររ៉ាំរ៉ៃដែលជាកន្លែងសេវាសុខភាពផ្លូវចិត្តបានធ្វើការ សម្របសម្រួល គឺហៅថាបណ្តាញឧបត្ថម្ភតាមតំបន់ (RSNs) ។

អ្នកនឹងសិក្សាអំពី៖

- តំបន់ដែលបានបំរើដោយ RSN ទីមួយៗ ;
- របៀបទាក់ទង RSN ឬអ្នកផ្តល់ការបំរើដែលបានអនុញ្ញាតរបស់ពួកគេ ;
- របៀបទទួលសេវាផ្នែកវិបត្តិផ្សេងៗ ; និង
- ផ្នែកភាសានិយាយដែលសេវាទាំងនោះអាចមានបំរើ ។

## តើជនណាដែលមានលក្ខណសម្បត្តិសំរាប់ទទួលសេវាសុខភាពផ្លូវចិត្តសាធារណៈ?

អ្នកទទួលបានជំងឺរយមេឌីខេដគឺបានចុះឈ្មោះដោយស្វ័យប្រវត្តិនៅក្នុងផែនការមើលថែទាំដែលគ្រប់គ្រងដោយផ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្តនៅក្នុងតំបន់ ដែលបាន ហៅថាបណ្តាញឧបត្ថម្ភតាមតំបន់ (RSN) ។ បណ្តាញ RSNs សម្របសម្រួលសេវាសុខភាពផ្លូវចិត្តដែលបានផ្តល់នៅក្នុងតំបន់ សេវារបស់ពួកគេ តាមរយៈ កិច្ចសន្យាជាមួយទីភ្នាក់ងារសុខភាពផ្លូវចិត្តនៃសហគមន៍ ។

ជនដែលទទួលបានបណ្តាញមេឌីខេដគឺមានលក្ខណសម្បត្តិសំរាប់ទទួលសេវាសុខភាពផ្លូវចិត្តជាចាំបាច់ខាងផ្នែកពេទ្យដោយមិនបាច់បង់ឈ្នួលឡើយ ។ ជន ណាមួយដែលត្រូវការសេវាផ្នែកវិបត្តិសុខភាពផ្លូវចិត្តមានលក្ខណសម្បត្តិទទួលបានជំងឺរយមេឌីខេដនេះ ។ បើសិនជាអ្នកគិតថា អ្នកប្រហែលជាត្រូវការសេវាសុខ ភាពផ្លូវចិត្ត អ្នក អាចទូរស័ព្ទទៅប្រើប្រាស់ទូរស័ព្ទទៅទីភ្នាក់ងារដែលបានអនុញ្ញាតណាមួយដែលនៅក្នុងបណ្តាញ RSN ដែលអ្នករស់នៅដើម្បីដាក់ពេល ណាត់ជួប ដើម្បីចង់ដឹងទ្វេដងដែល អ្នកអាចត្រូវការ ។ បញ្ជីរាយឈ្មោះទីភ្នាក់ងារទាំងអស់ចាប់ផ្តើមនៅក្នុងទំព័រទី 6 ។ គ្រប់សេវាទាំងអស់ត្រូវតែបាន អនុញ្ញាតដោយបណ្តាញ RSN នៅក្នុងតំបន់របស់ អ្នក ។ ដំណើរការនេះនឹងធ្វើឡើងរវាងទីភ្នាក់ងាររបស់អ្នកនិងបណ្តាញ RSN ។

## តើសេវាអ្វីខ្លះដែលអាចមាន ?

សេវាសុខភាពផ្លូវចិត្តសំរាប់អ្នកជំងឺក្នុងមន្ទីរពេទ្យនិងក្រៅមន្ទីរពេទ្យគឺអាចមានសំរាប់អ្នកនិងគ្រួសាររបស់អ្នក បើសិនជាត្រូវការសេវាទាំងអស់នោះ ។ សេវាទាំង អស់នោះមានរួមទាំង ៖

- សេវាផ្នែកវិបត្តិ ;
- ក្រុមអ្នកព្យាបាលរោគ ; និង
- ការព្យាបាលរោគបុគ្គលម្នាក់ៗ ;
- ការវាយតម្លៃផ្នែកថ្នាំ, ទិញថ្នាំដោយវេជ្ជបញ្ជា និងការគ្រប់គ្រង ។

អ្នកក៏អាចទទួលសេវាការគាំទ្រផ្នែកការងារផងដែរ សំណុំរឿងផ្នែកការគ្រប់គ្រង និងសេវាដទៃផ្សេងទៀតតាមរយៈបណ្តាញ RSN របស់អ្នក ។ ដើម្បី ទទួលបានព័ត៌មានដំលែកច្រើនថែមទៀត សូមទូរស័ព្ទទៅបណ្តាញ RSN សំរាប់សហគមន៍របស់អ្នកដែលបានរាយឈ្មោះនៅក្នុងទំព័រច្បាប់នេះ ឬទូរស័ព្ទ ទៅនាយកដ្ឋានផ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្ត (MHD) តាមលេខ 1-888-713-6010 ។

សេវាផ្នែកបកប្រែភាសាគឺអាចមានទៅតាមការស្នើសុំ ។ ឯកសារជាលាយលក្ខណ៍អក្សរភាគច្រើនត្រូវបានបកប្រែជាភាសាផ្សេងទៀតក្រៅពី ភាសាអង់គ្លេស ដោយយោលទៅតាមប្រជាជននៃតំបន់សេវាបំរើ ។

ទីភ្នាក់ងារសុខភាពផ្លូវចិត្តនៃសហគមន៍ខ្លះមានបុគ្គលិកដែលនិយាយភាសាដទៃក្រៅពីភាសាអង់គ្លេស ។ គឺមានព័ត៌មានជាច្រើននៅក្នុងទំព័រដែលរាយ ឈ្មោះរបស់បណ្តាញ RSN ។ បើសិនជាអ្នកឬជនណាម្នាក់ដែលអ្នកស្គាល់ ចង់ទទួលសេវាជាភាសាដទៃផ្សេងទៀត បណ្តាញ RSN របស់អ្នកត្រូវតែ ផ្តល់ជំនួយផ្នែកភាសាដោយគ្មាន គិតថ្លៃឬឈ្នួលឡើយសំរាប់រូបអ្នក ។ ជំនួយអាចត្រូវផ្តល់ជូនដោយបកប្រែផ្ទាល់មាត់និងជាលាយលក្ខណ៍អក្សរ ។

បើសិនជាអ្នកត្រូវការសេវាសុខភាពផ្លូវចិត្ត ផែនការសេវាសំរាប់ជនម្នាក់ៗនឹងត្រូវបង្កើតជាមួយអ្នក ។ ផែនការរបស់អ្នកនឹងពិចារណាទៅតាមអាយុ របស់អ្នកនិង វប្បធម៌របស់អ្នក ។ អ្នកអាចទទួលសេវាមួយឬយ៉ាងច្រើននៃសេវាដែលបានរាយឈ្មោះខាងលើនេះ ។ ផែនការនឹងត្រូវសមរម្យជាមួយអ្នក ដោយយោល ទៅតាមសភាពនិងសេចក្តីត្រូវការរបស់អ្នក ។ អ្នកផ្តល់ការមើលថែទាំសុខភាពផ្លូវចិត្តរបស់អ្នកនឹងសំរេចជាមួយអ្នក ថាតើសេវាណាម្នាក់ នឹងត្រូវផ្តល់ឲ្យ ហើយនឹងរយៈពេលប្រើប្រាស់ ។

អ្នកផ្តល់ការមើលថែទាំសុខភាពផ្លូវចិត្តរបស់អ្នកក៏អាចស្នើសុំការអនុញ្ញាតដើម្បីធ្វើការជាមួយជនដែលផ្តល់សេវាដទៃទៀតឲ្យអ្នកដែរ ដូចជាផ្នែកផ្តល់ វាសនដ្ឋាន, ការមើលថែទាំសុខភាព, និងការងាររ៉ាំរ៉ៃ ។

ជំនួយមេឌីខេដដទៃផ្សេងៗអាចមានសំរាប់អ្នក ។ នេះគឺជាលេខឯកសារយោងខ្លះៗ៖

- សុខភាពផ្នែករាងកាយ៖ ព័ត៌មានសំរាប់ទាក់ទងមាននៅខាងខ្នងនៃប័ណ្ណរបស់អ្នក
- ការដំណើរការបំរើសាធារណៈ៖ 1-877-301-4557
- សេវាជំនួយនិងពិការជន៖ 1-800-422-3263 ឬ <http://www.aasa.dshs.wa.gov>
- អន្តរករិយ៖ 1-800-562-3022/911 សំរាប់ផ្នែកវិបត្តិ

# ការទទួលសេវាសុខភាពផ្លូវចិត្តសាធារណៈ

## តើអ្នកណាជាអ្នកផ្តល់សេវា ?

ប្រព័ន្ធសុខភាពផ្លូវចិត្តសាធារណៈនៃរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោនមានបណ្តាញឧបត្ថម្ភតាមតំបន់ (RSNs) ចំនួនដប់បួន (14) ។ បណ្តាញទាំងនោះបង្កើតឡើង ពីខោនធីមួយឬខោនធីច្រើនដែលបំរើខោនធីនិងសហគមន៍របស់អ្នក ។ ចូររកបណ្តាញ RSN របស់អ្នកតាមបញ្ជីរាយឈ្មោះក្នុងខោនធីរបស់អ្នក នៅខាងក្រោមនេះ ។

ខោនធី - បណ្តាញឧបត្ថម្ភតាមតំបន់	ខោនធី - បណ្តាញឧបត្ថម្ភតាមតំបន់
Adams - RSN នៃរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោនខាងជើងកណ្តាល	Lewis - តំបន់ Timberlands
Asotin - សុខភាពផ្នែកថ្នាក់កម្រិត Greater Columbia	Lincoln - តំបន់ឥសាន្តនៃរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោន
Benton - សុខភាពផ្នែកថ្នាក់កម្រិត Greater Columbia	Mason - តំបន់ Thurston-Mason
Chelan - តំបន់ Chelan-Douglas	Okanogan - North Central WA
Clallam - តំបន់ Peninsula	Pacific - តំបន់ Timberlands
Clark - តំបន់ Clark County	Pend Oreille - តំបន់ឥសាន្តនៃរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោន
Columbia - សុខភាពផ្នែកថ្នាក់កម្រិត Greater Columbia	Pierce - តំបន់ Pierce County
Cowlitz - តំបន់ទីរតី	San Juan - តំបន់ North Sound
Douglas - តំបន់ Chelan-Douglas	Skagit - តំបន់ North Sound
Ferry - Northeastern WA	Skamania - សុខភាពផ្នែកថ្នាក់កម្រិត Greater Columbia
Franklin - សុខភាពផ្នែកថ្នាក់កម្រិត Greater Columbia	Snohomish - តំបន់ North Sound
Garfield - សុខភាពផ្នែកថ្នាក់កម្រិត Greater Columbia	Spokane - តំបន់ Spokane
Grant - តំបន់ខាងជើងកណ្តាលនៃរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោន	Stevens - Northeastern WA
Grays Harbor - តំបន់ Grays Harbor	Thurston - តំបន់ Thurston-Mason
Island - តំបន់ North Sound	Wahkiakum - តំបន់ Timberlands
Jefferson - តំបន់ Peninsula	Walla Walla - សុខភាពផ្នែកថ្នាក់កម្រិត Greater Columbia
King - តំបន់ King	Whatcom - តំបន់ North Sound
Kitsap - តំបន់ Peninsula	Whitman - សុខភាពផ្នែកថ្នាក់កម្រិត Greater Columbia
Kittitas - សុខភាពផ្នែកថ្នាក់កម្រិត Greater Columbia	Yakima - សុខភាពផ្នែកថ្នាក់កម្រិត Greater Columbia
Klickita - សុខភាពផ្នែកថ្នាក់កម្រិត Greater Columbia	

បណ្តាញ RSN នីមួយៗធ្វើកិច្ចសន្យាជាមួយទីភ្នាក់ងារដែលមានអាជ្ញាប័ណ្ណ ដើម្បីផ្តល់សេវាសុខភាពផ្លូវចិត្ត ។ បញ្ជីរាយឈ្មោះនៃបណ្តាញ RSN ចាប់ផ្តើម នៅក្នុងទំព័រទី 7 ។ បញ្ជីរាយឈ្មោះបង្ហាញពីឈ្មោះខោនធីនានាដែលត្រូវបំរើដោយបណ្តាញ RSN ។ ភារកិច្ចជាញឹកញាប់ ទីភ្នាក់ងារដែលធ្វើកិច្ចសន្យាជាមួយបណ្តាញ RSN ដើម្បីផ្តល់សេវានានាដែរ ។ កូនស្បែកក្រហមនេះប្រាប់អ្នកនូវរបៀបទាក់ទងទៅទីភ្នាក់ងារទាំងនោះ បើសិនជាអ្នកត្រូវការសេវា ។

អ្នកអាចទៅតែទីភ្នាក់ងារដែលបានអនុញ្ញាតទាំងអស់នេះសំរាប់តែសេវាធានារ៉ាប់រងទាំងអស់ប៉ុណ្ណោះ ។ អ្នកប្រហែលត្រូវទទួលខុសត្រូវសំរាប់តំលៃ ឈ្នួលនានា បើសិនជាអ្នក ទទួលសេវាសុខភាពផ្លូវចិត្តតាមរយៈអ្នកផ្តល់ការបំរើដទៃផ្សេងទៀត ។

## តើដំណើរការនៃសេវាដែលខ្ញុំមាន ?

អ្នកអាចជ្រើសរើសអ្នកផ្តល់ការមើលថែទាំសុខភាពផ្លូវចិត្តនៃទីភ្នាក់ងារដែលអ្នកទទួលសេវា ។ បើសិនជាអ្នកមិនជ្រើសរើសអ្នកផ្តល់ការមើល ថែទាំសុខភាពផ្លូវចិត្តទេ នោះគេនឹងចាត់តាំងមួយឲ្យអ្នក ។ អ្នកមានសិទ្ធិផ្លាស់ប្តូរអ្នកផ្តល់ការមើលថែទាំក្នុងរយៈពេល 30 ថ្ងៃដំបូង ។ អ្នកក៏អាចស្នើសុំ សំរាប់ការផ្លាស់ប្តូរម្តងក្នុង មួយឆ្នាំសំរាប់មូលហេតុណាមួយក៏បាន ។ បើសិនជាអ្នកគិតថាអ្នកមានមូលហេតុល្អត្រូវ អ្នកអាចស្នើសុំការផ្លាស់ប្តូរបាន ច្រើនដង ។ ការផ្លាស់ប្តូរអាចប្រើប្រាស់ រយៈពេលបានគេផ្តល់ឲ្យ ។

## តើធ្វើយ៉ាងណាបើសិនជាខ្ញុំត្រូវការសេវាផ្នែកវិបត្តិ ?

បើសិនជាមានការគំរាមដល់ជីវិតជាបន្ទាន់ ចូររកលេខ 911 ។ បើសិនជាអ្នកមានវិបត្តិសុខភាពផ្លូវចិត្ត អ្នកអាចទូរស័ព្ទទៅលេខបណ្តាញវិបត្តិ RSN របស់អ្នក ។ គ្រប់លេខបណ្តាញ RSN ធ្វើយសំរាប់វិបត្តិរយៈពេល 24 ម៉ោងជារៀងរាល់ថ្ងៃ ។ អ្នកអាចរកលេខបណ្តាញវិបត្តិ RSN របស់អ្នកនៅ ក្នុងបញ្ជីរាយឈ្មោះ RSN ក្នុងកូនស្បែកក្រហមនេះចាប់ផ្តើមទំព័រទី 7 ។

## តើធ្វើដូចម្តេចខ្ញុំអាចទទួលសេវាសំរាប់អ្នកជំងឺក្រោមន្ទីរពេទ្យ ?

បើសិនជាអ្នកគិតថាអ្នកត្រូវការសេវា ចូរទូរស័ព្ទតាមលេខឥតគិតថ្លៃឬលេខទូរស័ព្ទក្នុងតំបន់ ។ លេខទាំងនោះមានរាយជាមួយព័ត៌មាននៃបណ្តាញ RSN ដទៃផ្សេងទៀត ចាប់ផ្តើមក្នុងទំព័រទី 7 ។ សេវាសុខភាពផ្លូវចិត្តសាធារណៈបានបង្កើតឡើងដើម្បីរក្សាអ្នកឲ្យមានសុខភាពល្អនៅក្នុងសហគមន៍ របស់អ្នកផ្ទាល់ ។ គ្រប់ការខិតខំទាំង អស់នឹងត្រូវធ្វើឡើងដើម្បីធ្វើឲ្យអ្នកជឿស្រវឹងពីមន្ទីរពេទ្យ ។

## តើធ្វើយ៉ាងណា បើសិនជាខ្ញុំត្រូវការចូលសំរាកក្នុងមន្ទីរពេទ្យសំរាប់ជំងឺផ្លូវចិត្តរបស់ខ្ញុំ ?

សេវាមន្ទីរពេទ្យរកលទ្ធផលអាចមានសំរាប់អ្នកចុះឈ្មោះក្នុងកម្មវិធីមេឌីខេដ ។ សេវាទាំងអស់នេះគ្មានគិតថ្លៃឈ្នួលទេ ប៉ុន្តែត្រូវតែមានការយល់ព្រមជា មុនសិន ។ បើសិនជាអ្នកគិតថា អ្នកត្រូវការសំរាកក្នុងមន្ទីរពេទ្យ ចូរទាក់ទងទៅអ្នកផ្តល់ការមើលថែទាំសុខភាពផ្លូវចិត្តរបស់អ្នក ។ អ្នកផ្តល់ការបំរើ របស់អ្នកនឹងជួយអ្នកសំរាប់ សំរាកក្នុងមន្ទីរពេទ្យបើសិនជាមានការចាំបាច់ ។

### តើធ្វើយ៉ាងណា បើសិនជាខ្ញុំទទួលបានវិកលចរិត ?

បើសិនជាអ្នកបានទទួលសេវាបំប្រែចិត្តក្នុងរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោននេះទេ អ្នកប្រហែលជាអាចត្រូវទទួលបានសេវាបំប្រែចិត្ត ។ បើសិនជាបណ្តាញពេទ្យមិនសកម្មទេ អ្នកប្រហែលជាមានបង្គោលចូល ។ បើសិនជាអ្នកមានបណ្តាញពេទ្យហើយទទួលបានវិកលចរិតសំរាប់សេវាបំប្រែចិត្តក្នុងរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោន ក៏ត្រូវប្រាប់ ចូរទាក់ទងទៅការិយាល័យទីភ្នាក់ងារផ្នែកវិកលចរិត ។ បើសិនជាអ្នកត្រូវការជំនួយនៅពេលខាងមុខទៀត ចូរទាក់ទងទៅបណ្តាញ RSN របស់អ្នក ។

## សិទ្ធិរបស់អ្នក

### ក្នុងនាមជាជនទទួលសេវាសុខភាពផ្លូវចិត្តសាធារណៈ តើខ្ញុំមានសិទ្ធិអ្វីខ្លះ?

អ្នកអាចអនុវត្តសិទ្ធិដូចខាងក្រោមនេះ៖

- ត្រូវបានគេព្យាបាលដោយមានការគោរពនិងមានសេចក្តីថ្លៃថ្នូរ
- ត្រូវបានគេការពារសិទ្ធិឯកជនរបស់អ្នក
- ត្រូវបានគេជួយបង្កើតផែនការមើលថែទាំនិងសេវាបំប្រែចិត្តដែលជួយនឹងសេចក្តីត្រូវការរបស់អ្នក
- មានការចូលរួមក្នុងការធ្វើសេចក្តីសំរេចចំពោះការមើលថែទាំសុខភាពផ្លូវចិត្តរបស់អ្នក
- ទទួលសេវានៅក្នុងកន្លែងដែលគ្មានការរារាំង (អាចចូលបាន)
- ស្នើសុំព័ត៌មានអំពីឈ្មោះ, ទីកន្លែង, លេខទូរស័ព្ទ, និងភាសាសំរាប់ទីភ្នាក់ងារនៅក្នុងតំបន់
- មានសិទ្ធិទទួលបានជំនួយរយៈពេលសេវាដែលអ្នកត្រូវការ
- ស្នើសុំព័ត៌មានអំពីទម្រង់និងការប្រតិបត្តិរបណ្តាញ RSN
- មានសិទ្ធិទទួលសេវាក្នុងរយៈពេល 2 ម៉ោងសំរាប់ការមើលថែទាំបន្ទាន់អាសន្ន និង 24 ម៉ោងសំរាប់ការមើលថែទាំប្រញាប់
- មានសេវាភាពពិការដាក់ឱ្យនៅឆ្ងាយពីគេបូការត្រួតត្រាដាក់កិរិត
- ទទួលសេវាសមស្របទៅតាមអាយុនិងវប្បធម៌
- ត្រូវបានគេផ្តល់អ្នកបកប្រែភាសាផ្ទាល់មាត់ដែលមានវិញ្ញាបនបត្រនិងបកប្រែឯកសារសរសេរដោយគ្មានគិតថ្លៃចូលចិត្ត
- មានការយល់ដឹងពីជំងឺសន្តិសុខភាពព្យាបាលនិងជំងឺសន្តិសុខភាពផ្លូវចិត្តដែលអាចមាន
- បដិសេធចំពោះការព្យាបាលដែលបានគ្រោងណាមួយមិនចង់
- ទទួលបានការមើលថែទាំដែលគ្មានការប្រកាន់រើសអើងចំពោះអ្នក (ឧទា. អាយុ, ជាតិសាសន៍, ប្រភេទនៃជំងឺ)
- មានសេវាភាពពិការគេងយកប្រយោជន៍ផ្នែកផ្លូវភេទបូការត្រួតត្រានិងការពារ
- ទទួលបានការព្រួយបារម្ភប្រើប្រាស់ដែលចេញមានចេញលិខិតវេជ្ជបញ្ជានិងដែលអាចមានផលប៉ះពាល់បន្ទាប់បន្សំ
- ធ្វើបណ្តាំឱ្យព្យាបាលជាមុន ដែលនិយាយប្រាប់ពីជំងឺសន្តិសុខភាពផ្លូវចិត្តសំរាប់ការមើលថែទាំផ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្ត
- ទទួលសេវាមានគុណភាពដែលផ្តល់ការចាំបាច់ផ្នែកខាងវេជ្ជសាស្ត្រ
- មានជំងឺសន្តិសុខភាពពិការវិជ្ជាជីវៈផ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្ត
- ដាក់ពាក្យបណ្តឹងសារទុក្ខពីទីភ្នាក់ងារ ឬបណ្តាញ RSN របស់អ្នក
- ប្តឹងតវ៉ាផ្នែក PIHP ដោយយោលទៅតាម PIHP ដែលមានប្រសិទ្ធភាពជាលាយលក្ខណ៍
- ជ្រើសរើសអ្នកផ្តល់ការមើលថែទាំផ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្តឬជ្រើសរើសមួយសំរាប់កូនរបស់អ្នកដែលមានអាយុនៅក្រោមដប់បីឆ្នាំ
- ផ្លាស់ប្តូរអ្នកផ្តល់ការមើលថែទាំផ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្តក្នុងរយៈពេល 30 ថ្ងៃដំបូង និងជូនកាលជាច្រើនដងជាញឹកញាប់
- ដាក់ពាក្យស្នើសុំសំរាប់ធ្វើសវនាការផ្នែករដ្ឋបាល (ដោយយុត្តិធម៌)
- ស្នើសុំនិងទទួលសំណើចម្លងនូវឯកសារផ្នែកពេទ្យរបស់អ្នកនិងស្នើសុំឱ្យមានការផ្លាស់ប្តូរ
- មានសេវាភាពពិការក្នុងសង្គម



អ្នកប្រហែលជាស្នើសុំអ្នកផ្តល់ការមើលថែទាំសុខភាពផ្លូវចិត្តរបស់អ្នកនូវព័ត៌មានច្រើនថែមទៀតអំពីសិទ្ធិរបស់អ្នក ។ សិទ្ធិរបស់អ្នកត្រូវបានផ្តល់ឱ្យអ្នកជា លាយលក្ខណ៍ អក្សរនៅពេលអ្នកស្នើសុំសេវាបំប្រែចិត្ត ។ អ្នកស្នើសុំអង្កេតពាក្យបណ្តឹងដោយឯករាជ្យអាចមាននៅក្នុងបណ្តាញ RSN របស់អ្នក ដើម្បីជួយអ្នក បើសិនជាអ្នកមានការត្រូវត្រូវ ។ នៅពេលអ្នកទទួលបានការព្យាបាលនៅក្នុងមន្ទីរពេទ្យផ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្ត អ្នកមានសិទ្ធិប្រើប្រាស់ច្រើនទៀត ។

អ្នកមានសិទ្ធិស្នើសុំលក្ខន្តិកៈនិងរបៀបដំណើរការរបណ្តាញ RSN និង CMHA នៅពេលដែលមានការទាក់ទងនឹងសិទ្ធិរបស់អ្នក ។

### តើមានបណ្តាំណែនាំឱ្យព្យាបាលជាមុនអ្វីខ្លះផ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្ត?

បណ្តាំណែនាំឱ្យព្យាបាលជាមុនផ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្តគឺជាឯកសារជាលាយលក្ខណ៍ដែលអធិប្បាយអំពីអ្វីដែលអ្នកចង់ឱ្យមានកើតឡើង បើសិនជាអ្នកទៅជាអ្នកគ្មាន សមត្ថភាពពិត ដោយសារតែជំងឺផ្លូវចិត្តដែលធ្វើឱ្យការវិនិច្ឆ័យរបស់អ្នកមានពិការភាពនិង/ឬអ្នកមិនអាចធ្វើការទាក់ទងដោយប្រសិទ្ធភាព ។ វាអាចជួយ ប្រាប់ទៅអ្នកដ៏ ទៃអំពីការព្យាបាលអ្វីដែលអ្នកចង់ ឬមិនចង់ និងវាអាចប្រាប់ថាជនណាដែលអ្នកប្រគល់សិទ្ធិឱ្យដើម្បីធ្វើការសំរេចជំនួសអ្នក ។

### តើខ្ញុំបំពេញបណ្តាំណែនាំឱ្យព្យាបាលជាមុនយ៉ាងដូចម្តេចផ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្ត?

ក្រដាសពាក្យ "បំពេញត្រង់កន្លែងនេះ" មានបញ្ចូលនៅក្នុងច្បាប់របស់រដ្ឋនិងប្រហែលជាមានផ្សេងៗទៀតស្រដៀងគ្នាស្របតាមស្ថានភាពផ្លូវចិត្តរបស់អ្នក ។ ក្រដាសពាក្យទាំងនេះអាចរកឃើញមាននៅក្នុងបណ្តាញអ៊ិនធើណែតនៃនាយកដ្ឋានសុខភាពផ្លូវចិត្ត: <http://www1.dshs.wa.gov/mentalhealth> ។ អ្នកផ្តល់ការមើលថែទាំសុខភាពផ្លូវចិត្តរបស់អ្នកប្រហែលមានសំណើចម្លងនៃក្រដាសពាក្យ នេះដែរ ។

### តើអ្នកផ្តល់ការបំរើរបស់ខ្ញុំត្រូវតែធ្វើតាមនូវអ្វីដែលខ្ញុំបានប្រាប់ឬទេ ?

ច្បាប់គំរូវេជ្ជបញ្ជាផ្តល់ការបំរើសុខភាពផ្លូវចិត្តឲ្យគោរពបណ្តាំណែនាំឲ្យព្យាបាលជាមុនផ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្តរបស់អ្នក ប៉ុន្តែពួកគេមិនគំរូវេជ្ជបញ្ជាតាមតែ គ្រប់ករណីនោះទេ ។ បើសិនជាការណែនាំរបស់គ្រូពេទ្យនៅក្នុងបណ្តាំណែនាំឲ្យព្យាបាលជាមុនផ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្តរបស់អ្នកផ្ទុយនឹងបទបញ្ជារបស់ មន្ទីរពេទ្យប្រឹក្សាអាចមាន ឬអាចបំពាននឹង ច្បាប់របស់រដ្ឋច្បាប់សហព័ន្ធ ឬនាំឲ្យមានគ្រោះថ្នាក់ភ្លាមៗដល់អ្នកឬអ្នកដទៃ នោះអ្នកផ្តល់ការបំរើមិនអាច គំរូវេជ្ជបញ្ជាតាមបទប្បញ្ញត្តិទាំងនោះទេ ។ ហើយបើសិនជាអ្នក មិនស្ម័គ្រចិត្តសំរាកក្នុងមន្ទីរពេទ្យនោះក្រោយច្បាប់ការព្យាបាលដោយមិនស្ម័គ្រចិត្ត ឬត្រូវបានគេដាក់ក្នុងមន្ទីរពេទ្យនោះ នោះបណ្តាំណែនាំឲ្យព្យាបាលផ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្ត របស់អ្នកមិនអាចត្រូវធ្វើតាមទាំងស្រុងទេ ។

### ការពេញចិត្តរបស់សមាជិក

ម្តងក្នុងមួយឆ្នាំ នាយកដ្ឋានសុខភាពផ្លូវចិត្តធ្វើស្ថិតិដើម្បីឲ្យដឹងនូវអ្វីដែលអ្នកបច្ចុប្បន្នរបស់អ្នកមានអារម្មណ៍អំពីសេវាដែលអ្នកបានទទួល ។ សំនួរនានាអំពី ការទទួល គុណភាព, និងភាពពេញដោយការសម្របបំផុត ។ ការចូលរួមរបស់អ្នកគឺជាការស្ម័គ្រចិត្ត យ៉ាងណាក៏ដោយ យើងជឿជាក់យ៉ាងខ្លាំងថា សំឡេងរបស់អ្នក គឺជាមធ្យោបាយយ៉ាងប្រសើរបំផុតដើម្បីធ្វើឲ្យប្រព័ន្ធនេះកាន់តែប្រសើរឡើង ។ ហេតុដូច្នេះ យើងសង្ឃឹមថា បើសិនជាគេទាក់ទងមកអ្នក អ្នក និងចំណាយពេលដើម្បី ធ្វើការឆ្លើយតប ។

### តើខ្ញុំធ្វើអ្វីខ្លះ បើសិនជាខ្ញុំមិនសប្បាយចិត្តឬមិនពេញចិត្តជាមួយនឹងសេវារបស់ខ្ញុំ?

គឺមានប្រភេទពីរយ៉ាងនៃការត្រូវការ និងការត្រូវការក្រៅផ្លូវការដែលអ្នកអាចធ្វើបាន ។ ប្រភេទជាផ្លូវការរួមមាន៖ 1) បណ្តឹងសារទុក្ខ, ដែលជា ការត្រូវការផ្លូវការអំពីការមិនពេញចិត្តជាមួយនឹងសេវារបំរើពិទ្ធភាពក្នុងសុខភាពផ្លូវចិត្តនៃសហគមន៍ (CMHA) ឬផែនការសុខភាពអ្នកជំងឺនៅក្នុង មន្ទីរពេទ្យដែលបានបង្កើតជាមុន (PIHP), ហើយក៏ហៅម្យ៉ាងទៀតថា បណ្តាញឧបត្ថម្ភតាមតំបន់ RSN ។ ចូរមើលខាងក្រោមនេះសំរាប់ការអធិប្បាយនៃ ដំណើរការនៃបណ្តឹងសារទុក្ខ ; 2) និងការធ្វើឧទ្ធរណ៍, ដែលជាការត្រូវការផ្លូវការអំពីសកម្មភាព ។ សកម្មភាពគឺការបដិសេធ, ការព្យួរទុក, ការបន្ថយ, ឬការ បញ្ឈប់នៃសេវាប្រភេទណាមួយ ។ ចូរមើលខាងក្រោមនេះ សំរាប់ការអធិប្បាយពីដំណើរការនៃការធ្វើឧទ្ធរណ៍ ។ ចូរមើលខាងក្រោម នេះសំរាប់ការអធិ ប្បាយពីការត្រូវការមិនផ្លូវការ ។

### តើអ្វីហៅថាការត្រូវការផ្លូវការ?

ការត្រូវការផ្លូវការគឺជាមធ្យោបាយក្រៅផ្លូវការមួយដែលអនុញ្ញាតឲ្យអ្នកបញ្ចេញការមិនពេញចិត្តរបស់អ្នកទៅលើទីភ្នាក់ងារសុខភាពផ្លូវចិត្តនៃសហគមន៍ (CMHA) ឬផែនការសុខភាពអ្នកជំងឺក្នុងមន្ទីរពេទ្យដែលបានបង្កើតជាមុន (PIHP), ហើយក៏ហៅម្យ៉ាងទៀតថាបណ្តាញឧបត្ថម្ភតាម តំបន់ RSN ផងដែរ ។ គឺជាគំនិតយ៉ាងល្អដើម្បីសាកល្បងដោះស្រាយការត្រូវការរបស់អ្នកជាមួយនឹងជនដែលទាក់ទងផ្ទាល់ឬស្នើសុំអ្នកស៊ើបអង្កេត ពាក្យបណ្តឹងដើម្បីឲ្យ ជួយអ្នកមិននឹងអ្នក សាកល្បងធ្វើអ្វីដទៃទៀត ។ ពន្យល់ពីកង្វល់របស់អ្នក ។ អនុញ្ញាតឲ្យជនទាក់ទងនឹងអ្វីដែលធ្វើទោមនស្ស ប្រសើរសំរាប់អ្នក ។ សូមឲ្យជាក់ច្បាស់នូវអ្វីដែលអ្នក ត្រូវការ ។ ហើយក៏សូមឲ្យជាក់ច្បាស់នូវអ្វីដែលជាចម្លើយអាចនឹងទទួលបាន ។ សាកល្បងរកមធ្យោបាយខ្លះ ដើម្បីទៅជួបនឹងការព្រមព្រៀង ដែលនឹងពេញចិត្តទាំងពីរខាងទាំងអ្នកនិងជនដទៃទៀត ។

### តើអ្នកស៊ើបអង្កេតពាក្យបណ្តឹងធ្វើអ្វីខ្លះ?

អ្នកស៊ើបអង្កេតពាក្យបណ្តឹងទទួលបានពាក្យត្រូវការនិងជួយអ្នកចុះឈ្មោះដោះស្រាយបញ្ហាទាំងនោះ ។ ផែនការ PIHP និមួយៗមានសេវានៃអ្នកស៊ើប អង្កេតពាក្យបណ្តឹងដែលអាចជួយអ្នកក្នុងរឿងត្រូវការនិងដំណើរការនៃបណ្តឹងសារទុក្ខ ។ ចូរមើលបញ្ជីរាយនាមនៃអ្នកស៊ើបអង្កេត ពាក្យបណ្តឹង ដែលមានឈ្មោះ PIHP និមួយៗនៅក្នុងកូនស្បែកក្រហមនេះ ។ បើសិនជាអ្នកកំពុងទទួលសេវារបំរើ នោះទីភ្នាក់ងារ CMHA របស់អ្នកក៏អាចផ្តល់លេខទូរស័ព្ទ បានដែរ ។

### តើអ្វីហៅថាបណ្តឹងសារទុក្ខ?

បណ្តឹងសារទុក្ខមានន័យថាការសំដែងការមិនពេញចិត្តអំពីរឿងណាមួយក្រៅពីសកម្មភាព ឯចំណែកពាក្យសកម្មភាព គឺបានឲ្យនិយមន័យនៅក្នុងជំពូក នេះ ។ ពាក្យនេះគឺប្រើសំរាប់យោងទៅគ្រប់ប្រព័ន្ធទាំងអស់ដែលមានរួមទាំងបណ្តឹងសារទុក្ខនិងការធ្វើឧទ្ធរណ៍ដែលបានរកផ្លូវដោះស្រាយតាមកិរិកនៃ ផែនការ PIHP និងការទទួលដំណើរការសវនាការដ៏យុត្តិធម៌របស់រដ្ឋ ។ នេះគឺជាដំណើរការនៅក្នុងដំណើរការនៃបណ្តឹងសារទុក្ខ ។

1. ដើម្បីចាប់ផ្តើមធ្វើបណ្តឹងសារទុក្ខ ចូរទាក់ទងទៅទីភ្នាក់ងារសុខភាពផ្លូវចិត្តនៃសហគមន៍ដែលអ្នកបានទទួលសេវា ឬពី PIHP ដែលអ្នកស្នាក់នៅទីនោះ ។ ចូរមើលនៅខាងចុងបញ្ជីនៃកូនស្បែកក្រហមនេះសំរាប់រកមើលបញ្ជីរាយនាមឈ្មោះ PIHP និង CMHA នានា ។
2. អ្នកអាចស្នើសុំជំនួយជាមួយនឹងការធ្វើបណ្តឹងសារទុក្ខពីសេវាអ្នកស៊ើបអង្កេតពាក្យបណ្តឹងនៃផែនការ PIHP របស់អ្នក ។ ចូរមើលនៅខាងចុងបញ្ជីនៃ ឯកសារនេះ សំរាប់រកលេខទូរស័ព្ទនៃសេវាអ្នកស៊ើបអង្កេតពាក្យបណ្តឹងនៅក្នុងផែនការ PIHP របស់អ្នក ។ អ្នកបកប្រែភាសា និង សេវាទូរស័ព្ទ TTY/TTD គឺអា ចមានសំរាប់ជួយអ្នក បើសិនជាត្រូវការ ។ អ្នកក៏អាចទទួលបានជំនួយពីជនដទៃទៀតទៅតាមការជ្រើសរើសរបស់អ្នក ។
3. អ្នកអាចចាប់ផ្តើមធ្វើបណ្តឹងសារទុក្ខតាមទូរស័ព្ទឬសរសេរជាលិខិត ។ បើសិនជាអ្នកជ្រើសរើសដោយចាប់ផ្តើមប្រើទូរស័ព្ទ អ្នកក៏ត្រូវតែដើរលិខិត នៅក្នុងរយៈពេល 7 ថ្ងៃផងដែរ ។ សូមមេត្តារួមបញ្ចូលឈ្មោះរបស់អ្នកនៅក្នុងលិខិតរបស់អ្នក, របៀបធ្វើការទាក់ទងមកអ្នកដោយមាន ប្រសិទ្ធភាព, លក្ខណៈនៃបណ្តឹងសារទុក្ខរបស់អ្នក, និងអ្វីដែលអ្នកបានស្នើសុំដែលជាចម្លើយសំរាប់បណ្តឹងសារទុក្ខរបស់អ្នក ។
4. នៅពេលដែលទីភ្នាក់ងារ CMHA ឬ PIHP ទទួលបានបណ្តឹងសារទុក្ខរបស់អ្នក អ្នកនឹងបានទទួលលិខិតមួយច្បាប់ ឬទូរស័ព្ទមកអ្នកនៅក្នុងរយៈពេល មួយថ្ងៃនៃថ្ងៃធ្វើការ និងយោងប្រាប់អ្នកថាលិខិតនោះបានទទួលហើយ ។

5. ដំបូងបណ្តឹងសារទុក្ខរបស់អ្នកនឹងត្រូវយកមកពិនិត្យដោយមនុស្សនៅទីភ្នាក់ងារ CMHA របស់អ្នក ដែលជាអ្នកមិនដែលមានជាប់ទាក់ទងជាមួយ រឿងនៃកង្វល់នៅក្នុងបណ្តឹងសារទុក្ខរបស់អ្នកពីមុន ។ បើសិនជាបណ្តឹងសារទុក្ខគឺជារឿងអំពីការព្យាបាល មនុស្សទាំងនេះក៏នឹងសុទ្ធជាអ្នកមាន វិជ្ជាជីវៈផ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្ត ។
6. នៅឱកាសដែលបណ្តឹងសារទុក្ខរបស់អ្នកកំពុងនៅក្នុងការពិចារណានោះ អ្នកអាចស្នើសុំឱ្យបន្តសេវារបស់អ្នកបានដែរ ។ ទោះបីដូច្នោះក៏ដោយ នៅក្នុងកាលៈទេសៈខ្លះ បើសិនជាបណ្តឹងសារទុក្ខរបស់អ្នកមិនបានដោះស្រាយបានទេតាមការចូលចិត្តរបស់អ្នក អ្នកអាចត្រូវបានស្នើសុំឱ្យបង់ សំរាប់ថ្លៃសេវាទាំងអស់នេះ ។
7. ទីភ្នាក់ងារ CMHA របស់អ្នកនឹងធ្វើការសំរេចអំពីបណ្តឹងសារទុក្ខរបស់អ្នកក្នុងរយៈពេល 30 ថ្ងៃនៃថ្ងៃប្រក្រតិទិន ចាប់តាំងពីថ្ងៃដែលអ្នកបានចាប់ ផ្តើមធ្វើបណ្តឹងសារទុក្ខរបស់អ្នក ។
8. អ្នកនឹងទទួលបានលិខិតថ្លៃពិសេសក្តីសំរេចរបស់ទីភ្នាក់ងាររបស់អ្នកមួយច្បាប់ ។
9. បើសិនជាអ្នកមិនសប្បាយចិត្តនឹងសេចក្តីសំរេចនេះ អ្នកអាចស្នើសុំឱ្យតេឃកមកពិចារណាបន្ថែមទៀតចំពោះបណ្តឹងសារទុក្ខរបស់អ្នកពីផែនការ PIHP ប៉ុន្តែអ្នក ត្រូវតែប្រាប់គេឱ្យដឹងក្នុងរយៈពេល 5 ថ្ងៃនៃថ្ងៃប្រក្រតិទិនចាប់តាំងពីថ្ងៃដែលអ្នកបានទទួលសេចក្តីសំរេចនេះពីទីភ្នាក់ងាររបស់អ្នក ។
10. ផែនការ PIHP របស់អ្នកនឹងធ្វើសេចក្តីសំរេចអំពីបណ្តឹងសារទុក្ខរបស់អ្នកនៅក្នុងរយៈពេល 60 ថ្ងៃនៃថ្ងៃប្រក្រតិទិន ចាប់តាំងពីថ្ងៃដែលអ្នកបាន ចាប់ផ្តើមធ្វើបណ្តឹងសារទុក្ខនេះបើសិនជាអ្នកបានចាប់ផ្តើមនៅទីភ្នាក់ងាររបស់អ្នក ឬនៅក្នុងរយៈពេល 30 ថ្ងៃបើសិនជាអ្នកបានចាប់ផ្តើមជាមួយ PIHP របស់អ្នក ។ អ្នកអាចស្នើសុំបន្ថែមចំនួន 14 ថ្ងៃនៃថ្ងៃប្រក្រតិទិនទៀត បើសិនជាអ្នកជឿថា រឿងនេះមានសារៈសំខាន់ណាស់សំរាប់អ្នក ដើម្បីស្នើសុំការពន្យារពេលនេះ ។ ឬនៅក្នុងកាលៈទេសៈខ្លះ ផែនការ PIHP របស់អ្នកអាចស្នើសុំចំនួន 14 ថ្ងៃទៀតដើម្បីធ្វើការសំរេចរឿងនេះ បើសិនជាគេត្រូវការព័ត៌មានបន្ថែមទៀត ហើយការពន្យារពេលនេះគឺនៅក្នុងប្រយោជន៍សំខាន់របស់អ្នក ។
11. អ្នកនឹងទទួលបានលិខិតជាលាយលក្ខណ៍អក្សរថ្ងៃពិការសំរេចរបស់ផែនការ PIHP របស់អ្នក ។
12. បើសិនជាអ្នកមិនសប្បាយចិត្តជាមួយនឹងសេចក្តីសំរេចនេះ នៅក្រោមកាលៈទេសៈពិបាកណាមួយ អ្នកអាចស្នើសុំសំរាប់ការពិចារណាបន្ថែម ទៀតចំពោះបណ្តឹងសារទុក្ខជាមួយនឹងសេចក្តីសំរេចនេះ នៅក្រោមកាលៈទេសៈពិបាកណាមួយ អ្នកអាចស្នើសុំសំរាប់ការពិចារណាបន្ថែម ប៉ុន្តែអ្នកត្រូវតែធ្វើក្នុងរយៈពេល 5 ថ្ងៃនៃថ្ងៃប្រក្រតិទិន ។ ដើម្បី ទាក់ទងទៅនាយកដ្ឋានសុខភាពផ្លូវចិត្តនៃរដ្ឋ ទូរស័ព្ទតាមលេខ 1-888-713-6010 ។ ដំណើរការនៃបណ្តឹងសារទុក្ខទាំងមូលមិនត្រូវលើសពី 90 ថ្ងៃចាប់តាំងពីពេលដែលអ្នកចាប់ផ្តើមបណ្តឹងសារទុក្ខរបស់អ្នកនៅទីភ្នាក់ងារ CMHA ។
13. ក្រោយពីបណ្តឹងសារទុក្ខរបស់អ្នកបានដោះស្រាយរួចហើយ ទីភ្នាក់ងារ CMHA របស់អ្នក, ផែនការ PIHP របស់អ្នក, និងនាយកដ្ឋាន MHD ត្រូវតែរក្សាការសម្រេចអំពីបណ្តឹងសារទុក្ខរបស់អ្នកឱ្យដាច់ដោយឡែកពីការពិចារណាផ្សេងទៀតរបស់អ្នកក្នុងសំណុំរឿងលាក់ការ ។ ហើយផែនការ PIHP របស់អ្នក និងតាមដានសំណុំរឿងជាមួយអ្នកដើម្បីឱ្យប្រាកដថា គ្មានអ្នកណាម្នាក់បានប្រព្រឹត្តិអ្វីម្នាក់ទេ ពីព្រោះអ្នកមាន ធ្វើបណ្តឹងសារទុក្ខរួចហើយ ។

### តើអ្វីហៅថាសកម្មភាព?

សកម្មភាពគឺការបដិសេធ, ការព្យួរ, ការបន្ថយ, ឬការបញ្ចប់នៃសេវារបស់អ្នកដូចដែលបានឱ្យនិយមន័យនៅខាងក្រោមនេះ:

**ការបដិសេធ:** ការសំរេចដោយផែនការ PIHP មិនឱ្យអនុញ្ញាតឱ្យធានារ៉ាប់រងចំពោះសេវាសុខភាពផ្លូវចិត្តផ្នែកកម្មវិធីមេឌីខេដ ដែលដូចនឹង បទដ្ឋានការថែទាំនៃការទទួលសេវាពិការភ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្ត ឬអនុស្សារណៈនៃការិយាល័យអភិបាលកិច្ចផ្នែកជំនួយពេទ្យលេខ #01-03 MAA, ផ្នែកការសំរាកក្នុងមន្ទីរពេទ្យរិតលចរិត ។ ការសំរេចដោយផែនការ PIHP មិនឱ្យអនុញ្ញាតឱ្យធានារ៉ាប់រងចំពោះសេវាសុខភាពផ្លូវចិត្តផ្នែកកម្មវិធី មេឌីខេដដោយយោលទៅលើកង្វះខាតចាំបាច់ខាងផ្នែកពេទ្យ ។ ការសំរេចដោយទីភ្នាក់ងារសុខភាពផ្លូវចិត្តនៃសហគមន៍មិនផ្តល់ការធានារ៉ាប់រង លើសេវាដែលមិនមែនជាការបដិសេធ ហើយមិនអាចឱ្យធ្វើឧទ្ធរណ៍បាន ។ ហេតុដូច្នេះ អ្នកចុះឈ្មោះដែលជាកម្មវត្ថុចំពោះទីភ្នាក់ងារដែលសំរេចមិនផ្តល់ ការធានារ៉ាប់រងសេវាឱ្យ អាចធ្វើបណ្តឹងសារទុក្ខបានឬសុំឱ្យសំរេចជាលើកទីពីរ ។

**ការព្យួរ:** ការសំរេចដោយផែនការ PIHP ឱ្យបញ្ឈប់ជាបណ្តោះអាសន្នចំពោះអ្នកចុះឈ្មោះដែលបានអនុញ្ញាតឱ្យធានារ៉ាប់រងលើសេវា សុខភាពផ្លូវចិត្តផ្នែកកម្មវិធីមេឌីខេដ ។ ការសំរេចដោយទីភ្នាក់ងារ CMHA ឱ្យបញ្ឈប់ការធានារ៉ាប់រងសេវាជាបណ្តោះអាសន្នដែលមិនមែនជា ការព្យួរទុក ។

**ការបន្ថយ:** ការសំរេចដោយផែនការ PIHP ឱ្យបន្ថយចំពោះអ្នកចុះឈ្មោះដែលបានអនុញ្ញាតឱ្យធានារ៉ាប់រងលើសេវាសុខភាពផ្លូវចិត្តផ្នែក កម្មវិធីមេឌីខេដ ។ ការសំរេចដោយទីភ្នាក់ងារ CMHA ឱ្យបន្ថយការធានារ៉ាប់រងសេវាដែលមិនមែនជាការបន្ថយ ។

**ការបញ្ឈប់:** ការសំរេចដោយផែនការ PIHP ឱ្យបញ្ឈប់ចំពោះអ្នកចុះឈ្មោះដែលបានអនុញ្ញាតឱ្យធានារ៉ាប់រងលើសេវាសុខភាពផ្លូវចិត្តផ្នែក កម្មវិធីមេឌីខេដ ។ ការសំរេចដោយទីភ្នាក់ងារ CMHA ឱ្យបញ្ឈប់ការធានារ៉ាប់រងសេវាដែលមិនមែនជាការបញ្ឈប់ ។

បើសិនជាត្រូវការណ៍ណាមួយខាងលើនេះកើតឡើង អ្នកនឹងទទួលបានសេចក្តីជូនដំណឹងនៃសកម្មភាពជាលាយលក្ខណ៍អក្សរ ។ អ្នកអាចប្តឹងសុំធ្វើ ឧទ្ធរណ៍ នៅពេលណាអ្នកទទួលបានសេចក្តីជូនដំណឹងនៃសកម្មភាព ។

### តើអ្វីហៅថាឧទ្ធរណ៍?

ឧទ្ធរណ៍គឺជាការត្រូវតែរដ្ឋាភិបាលចំពោះផែនការ PIHP អំពីសកម្មភាព ។ នេះគឺជាដំណើរការនៅក្នុងដំណើរការនៃឧទ្ធរណ៍:

1. ដើម្បីចាប់ផ្តើមធ្វើឧទ្ធរណ៍ ចូរទាក់ទងទៅផែនការ PIHP ដែលផ្តល់សេចក្តីជូនដំណឹងនៃសកម្មភាពឱ្យអ្នក ។ អ្នកត្រូវតែចាប់ផ្តើមធ្វើឧទ្ធរណ៍ ក្នុងរយៈពេល 10 ថ្ងៃ បើសិនជាឧទ្ធរណ៍របស់អ្នកអំពីការអនុញ្ញាតទទួលសេវាពីមុន ហើយអ្នកចង់បន្តវាទៅទៀត ។ បើដូច្នោះទេ អ្នកត្រូវតែ ចាប់ផ្តើមធ្វើឧទ្ធរណ៍ក្នុងរយៈពេល 20 ថ្ងៃនៃថ្ងៃដែលអ្នកបានទទួលសេចក្តីជូនដំណឹងនៃសកម្មភាព ។
2. អ្នកអាចស្នើសុំជំនួយជាមួយនឹងការធ្វើឧទ្ធរណ៍របស់អ្នកពីសេវាអ្នកស៊ើបអង្កេតពាក្យបណ្តឹងនៃផែនការ PIHP របស់អ្នក ។ ចូរមើលដំបូងក្នុងក្រោយ នៃកូនស្បែកក្រហមសំរាប់រកលេខទូរស័ព្ទនៃសេវាអ្នកស៊ើបអង្កេតពាក្យបណ្តឹងនៅក្នុងផែនការ PIHP របស់អ្នក ។ អ្នកបកប្រែភាសានិងសេវាប្រព័ន្ធ ទូរស័ព្ទ TTY/TTD គឺអាចមានសំរាប់ជួយអ្នក បើសិនជាត្រូវការ ។ អ្នកក៏អាចទទួលបានជំនួយពីទីភ្នាក់ងារសុខភាពផ្លូវចិត្តនៃសហគមន៍ ឬកន្លែង ណាមួយផ្សេងទៀតដែលអ្នក ជ្រើសរើស ។



## Service Providers by Region

### Chelan-Douglas Regional Support Network

*Serving Chelan and Douglas Counties*  
636 North Valley Mall Parkway, Suite 200  
East Wenatchee, WA 98802-4875  
Web: <http://www.cdrsn.org>

Toll Free: 1-877-563-3678  
Public Phone: 509-886-6318  
Ombuds Services: 1-800-495-5178  
24-Hour Crisis Line: 1-800-852-2923

#### Authorized Community Mental Health Agencies

	<u>Phone</u>
<b>Catholic Family &amp; Child Services</b> 23 S. Wenatchee Avenue, Suite #320, Wenatchee, WA 98801-2263 <i>Alternative languages available: Spanish</i>	509-662-6761
<b>Chelan-Douglas Behavioral Health Clinic</b> 701 N. Miller Street, Wenatchee, WA 98801-2086 <i>Alternative languages available: Spanish</i>	509-662-7195
<b>Children's Home Society</b> 1014 Walla Walla Avenue, Wenatchee, WA 98801-1523 <i>Alternative languages available: Spanish</i>	509-663-0034

### Clark County Regional Support Network

*Serving Clark County*  
PO Box 5000  
Vancouver, WA 98666-5000  
Web: <http://www.co.clark.wa.us/commserv/mental>

Toll Free: 1-800-410-1910  
Public Phone: 360-397-2130  
Ombuds Services: (360) 694-6577x2233  
24-Hour Crisis Line: 1-800-626-8137

#### Authorized Community Mental Health Agencies

	<u>Phone</u>
<b>Catholic Community Services</b> 9300 NE Oak View Drive, Vancouver, WA 98662-6192 <i>Alternative languages available: American Sign Language, French, Russian and Spanish</i>	(360) 567-2211
<b>Children's Center</b> 415 W. 11th Street, Vancouver, WA 98666-0484 <i>Alternative languages available: Russian and Spanish</i>	360-699-2244
<b>Children's Home Society</b> 309 W. 12th Street, Vancouver, WA 98666-0605	360-695-1325
<b>Columbia River Mental Health Services</b> 6926 E. Fourth Plain Boulevard, Vancouver, WA 98661-7254 <i>Alternative languages available: American Sign Language, Cambodian, Chinese, French, German, Korean, Laotian, Russian, Spanish, Tagalog, Taiwanese, Thai and Vietnamese</i>	360-993-3000
<b>Family Solutions</b> 1104 Main Street, Suite 500, Vancouver, WA 98660-2972 <i>Alternative languages available: Spanish</i>	360-695-0115
<b>Mental Health Northwest</b> 1601 E 4 <sup>th</sup> Plain Blvd, Bldg. A-8, Vancouver, WA 98668-1845	360-906-8336
<b>Southwest Washington Medical Center</b> 3400 Main Street, Vancouver, WA 98668-1600	360-696-5300

### Grays Harbor County Regional Support Network

*Serving Grays Harbor County*  
2109 Sumner Avenue, Suite 203  
Aberdeen, WA 98520-3699  
Web: <http://users.techline.com/ombuds/rsn.htm>

Toll Free: 1-800-464-7277  
Public Phone: 360-532-8665  
Ombuds Services: 1-877-788-1782  
24-Hour Crisis Line: 1-800-685-6556

#### Authorized Community Mental Health Agencies

	<u>Phone</u>
<b>Behavioral Health Resources</b> 575 E. Main Street, Suite C, Elma, WA 98541-9551 <i>Alternative languages available: Spanish</i>	360-482-5358
<b>Crisis Clinic</b> 615 8 <sup>th</sup> Street, Hoquim, WA 98550	360-532-4357
<b>Evergreen Counseling Center</b> 205 8th Street, Hoquiam, WA 98550-2507 <i>Alternative languages available: Spanish</i>	360-532-8629

## **Greater Columbia Behavioral Health Regional Support Network**

*Serving Asotin, Benton, Columbia, Franklin, Garfield, Kittitas, Klickitat, Skamania, Walla Walla, Whitman and Yakima Counties.*

101 N. Edison Street, Kennewick, WA 99336-1958

Web: <http://www.gcbh.org>

**Asotin: 888-475-5665**

**Benton-Franklin: 800-548-8761**

**Columbia: 800-734-9927**

**Garfield: 888-475-5665**

**Kittitas: 509-925-9861**

**Klickitat: 509-733-5801/800-572-8122**

**Skamania: 509-427-9488**

**Walla Walla: 509-522-4278**

Toll Free: 1-800-795-9296

Public Phone: 509-735-8681

Ombuds Services: 1-800-257-0660

**24-Hour Crisis Lines:**

**Whitman: 866-871-6385**

**Yakima: 509-575-4200/800-572-8122**

**Yakima Children: 509-576-0934**

**or 800-671-5437**

### **Authorized Community Mental Health Agencies**

	<b>Phone</b>
<b>Benton/Franklin Counties Crisis Response Unit</b> 2635 W. Deschutes Avenue, Kennewick, WA 99336-3004 <i>Alternative languages available: Spanish</i>	<b>509-783-0500</b>
<b>Catholic Family and Child Services</b> 5301 Tieton Drive, Suite "C", Yakima, WA 98908-3478 <i>Alternative languages available: Spanish</i>	<b>509-965-7100</b>
<b>Central WA Comprehensive Mental Health - Yakima, Yakima County</b> 402 S. Fourth Avenue, Yakima, WA 98907-0959 <i>Alternative languages available: Spanish</i>	<b>509-575-4084</b>
<b>Central WA Comprehensive Mental Health - Ellensburg, Kittitas County</b> 220 W. 4 <sup>th</sup> Avenue, Ellensburg, WA 98926	<b>509-925-9861</b>
<b>Central WA Comprehensive Mental Health - Sunnyside, Yakima County</b> 1319 Saul Road S., Sunnyside, WA 98944	<b>509-837-2089</b>
<b>Central WA Comprehensive Mental Health - Goldendale, Klickitat County</b> 112 W. Main Street, Goldendale, WA 98620	<b>509-773-5801</b>
<b>Central WA Comprehensive Mental Health - White Salmon, Klickitat County</b> 251 Rhine Village Drive, White Salmon, WA 98672	<b>509-493-3400</b>
<b>Garfield County Human Services</b> 856 W. Main Street, Pomeroy, WA 99347	<b>509-843-3791</b>
<b>Inland Counseling Network - Walla Walla, Walla Walla County</b> 225 Woodland Ave, Walla Walla, WA 99362-3002	<b>509-525-0241</b>
<b>Inland Counseling Network - Dayton, Columbia County</b> 221 E. Washington Avenue, Dayton, WA 99328	<b>509-382-2527</b>
<b>Inland Counseling Network - Dayton, Columbia County</b> 213 W. Clay Street, Dayton, WA 99328	<b>509-382-2525</b>
<b>Lourdes Counseling Center</b> 1175 Carondelet Drive, Richland, WA 99352-3396 <i>Alternative languages available: Fijian, Hindi, Meman, Punjabi, Spanish and Urdu</i>	<b>509-943-9104</b>
<b>Lutheran Community Services Northwest</b> 3321 W. Kennewick Avenue, Suite 150, Kennewick, WA 99336-2959	<b>509-735-6446</b>
<b>Nueva Esperanza Community Counseling Center - La Clinica</b> 720 W. Court Street, Suite 8, Pasco, WA 99301-4178 <i>Alternative languages available: Spanish and Toisan</i>	<b>509-545-6506</b>
<b>Palouse River Counseling Center</b> 340 NE. Maple, Pullman, WA 99163	<b>509-334-1133</b>
<b>Rogers Counseling Center</b> 900 7th Street, Clarkston, WA 99403-2058	<b>509-758-3341</b>
<b>Senior Solutions</b> 5 W. Alder, Suite#328, Walla Walla, WA 99362	<b>509-527-0566</b>
<b>Skamania County Counseling Center</b> Skamania County Health Services Center 683 SW Roack Creek Drive, Stevenson, WA 98648	<b>509-427-9488</b>
<b>Sunderland Family Treatment Services</b> 8514 W. Gage Boulevard, Suite#301, Kennewick, WA 99336-8120	<b>509-736-0704</b>
<b>Walla Walla County Crisis Response Unit</b> 310 W. Poplar, Walla Walla, WA 99362 <i>Alternative languages available: Spanish</i>	<b>509-522-4278</b>
<b>Yakima Valley Farmworkers Clinic Behavioral Health Services - Yakima, Yakima County</b> 918 E. Mead Avenue, Yakima, WA 98903-3720 <i>Alternative languages available: Spanish</i>	<b>509-453-1344</b>
<b>Yakima Valley Farm Workers Clinic Behavioral Health Services - Toppenish, Yakima County</b> 518 W 1st Avenue, Toppenish, WA 98948-1564	<b>509-865-5600</b>

## **King County Regional Support Network**

*Serving King County*  
821 2<sup>nd</sup> Avenue, Suite 610  
Seattle, WA 98104-1598  
Web: <http://www.metrokc.gov/dchs/mhd/mhp/guide.htm>

Toll Free: 1-800-790-8049  
Public Phone: 206-296-5213  
Ombuds Services: 1-800-790-8049  
**24-Hour Crisis Line: 1-866-427-4747**

### **Authorized Community Mental Health Agencies**

	<b>Phone</b>
<b>Asian Counseling &amp; Referral Services</b> 720 8th Avenue S. Suite 200, Seattle, WA 98104-3034 <i>Alternative languages available: Cambodian, Cantonese, French, H'mong, Ilocano, Japanese, Korean, Lao, Mandarin, Mien, Samoan, Tagalog, Thai, Taiwanese, Vietnamese and Visayan</i>	<b>206-695-7600</b>
<b>Children's Hospital &amp; Regional Medical Center</b> 4800 Sand Point Way NE, Seattle, WA 98105-0371 <i>Alternative languages available: ASL</i>	<b>Front Desk: 206-987-2164</b> <b>Intake (New Patients Only): 206-987-2760</b>
<b>Community House Mental Health</b> 431 Boylston Avenue E., Seattle, WA 98102-4903 <i>Alternative languages available: Spanish</i>	<b>206-322-2387</b>
<b>Community Psychiatric Clinic</b> 4319 Stone Way N., Seattle, WA 98103-7490 <i>Alternative languages available: Chinese, French, German, Japanese, Spanish and Tagalog</i>	<b>206-461-3614</b>
<b>Consejo Counseling &amp; Referral Services</b> 3808 S. Angeline Street, Seattle, WA 98118-1712 <i>Alternative languages available: Spanish</i>	<b>206-461-4880</b>
<b>Downtown Emergency Service Center</b> 507 - 3 <sup>rd</sup> Avenue, Seattle, WA 98104- <i>Alternative languages available: Spanish</i>	<b>206-464-1570</b>
<b>Evergreen Healthcare</b> 2414 SW Andover Street D-120, Seattle, WA 98106	<b>206-923-6300/1-800-548-0558</b>
<b>Harborview Mental Health Services</b> 325 9th Avenue, Seattle, WA 98104-2499 <i>Alternative languages available: French, Ilocano, Spanish and Tagalog</i>	<b>206-731-3411</b>
<b>Highline/West Seattle Mental Health Center</b> 2600 SW Holden Street, Seattle, WA 98126-3505 <i>Alternative languages available: Interpreters for any language available o request</i>	<b>206-248-8226</b>
<b>Sea-Mar Community Health Center</b> 8720 14th Avenue S., Seattle, WA 98108-4896 <i>Alternative languages available: Spanish</i>	<b>206-762-3730</b>
<b>Seattle Children's Home</b> 2142 10th Avenue W., Seattle, WA 98119-2899 <i>Alternative languages available: ASL, Greek, Spanish and Vietnamese</i>	<b>206-283-3300</b>
<b>Seattle Counseling Service for Sexual Minorities</b> 112 Broadway Avenue E, Seattle, WA 98102	<b>206-323-1768</b>
<b>Seattle Mental Health</b> 1600 E. Olive St., Seattle, WA 98122-2799 Branches also available in North Seattle, Bellevue, Redmond, Renton, Kent, Auburn and Snoqualmie <i>Alternative languages available: American Sign Language, French, Gaelic, German, Hebrew, Hindi, Japanese, Mandarin, Russian, Spanish, Tagalog and Taiwanese</i>	<b>206-324-0206</b>
<b>Therapeutic Health Service, Rainier Beach</b> 5802 Rainier Avenue S., Seattle, WA 98118-2706 <i>Alternative languages available: Amharic, Cambodian, French, Japanese, Luthya &amp; Swahili</i>	<b>206-723-1980</b>
<b>Valley Cities Counseling &amp; Consultation – Auburn, King County</b> 2704 "I" Street NE, Auburn, WA 98002-2498 <i>Alternative languages available: Czech, French, German, Punjabi, Russian and Spanish</i>	<b>253-939-4055</b>
<b>Valley Cities Counseling &amp; Consultation – Federal Way, King County</b> 33301 1 <sup>st</sup> Way South, Federal Way, WA 98003-6252	<b>253-835-9975</b>
<b>Valley Cities Counseling &amp; Consultation – Kent, King County</b> 325 W Gowe Street, Kent, WA 98032-5892	<b>253-876-3425</b>
<b>YMCA Mental Health Services</b> 909 Fourth Avenue, Seattle, WA 98104	<b>206-382-5340</b>

**North Central Washington Regional Support Network***Serving Adams, Grant and Okanogan Counties.*131 Basin Street SW  
Ephrata, WA 98823-1855

Toll Free: 1-800-251-5350

Public Phone: 509-754-6577

Ombuds Services: 1-800-346-4529

**24-Hour Crisis Lines:****Adams (collect): 509-488-5611****Grant (collect): 509/765-1717/1-877-467-4303****Okanogan: 1-866-826-6191****Authorized Community Mental Health Agencies****Phone****Community Counseling Services of Adams County**

165 N. 1st Avenue, Suite 120, Othello, WA 99344-1003

*Alternative languages available: Spanish*

509-488-5611

Community Counseling Services of Adams County - Ritzville

120 W. Main, Ritzville, WA 99169

509-659-4357

**Grant Mental Healthcare – Moses Lake, Grant County**

840 East Plum Street, Moses Lake, WA 98837-0160

*Alternative languages available: Spanish*

509-765-9239

**Grant Mental Healthcare - Grand Coulee, Grant County**

322 Fortuyn Road, Grand Coulee, WA 99133

509-633-1471

**Grant Mental Healthcare – Quincy, Grant County**

203 South Central Avenue, Quincy, WA 98848

509-787-4466

**Okanogan Behavioral Health Care**

107 W. Apple Street, Omak, WA 98841-3208

*Alternative languages available: Spanish*

509-826-6191

**North Sound Mental Health Administration Regional Support Network***Serving Island, San Juan, Skagit, Snohomish and Whatcom Counties.*117 N. 1st Street, Suite 8  
Mount Vernon, WA 98273-2858  
Web: <http://www.nsrnsn.org>

Toll Free: 1-800-684-3555

Public Phone: 1-888-693-7200

Ombuds Services: 1-888-336-6164

**24-Hour Crisis Line: 1-800-584-3578****Authorized Community Mental Health Agencies****Phone****Associated Provider Network (Regional Access System for Entire Region)**

1-888-693-7200

**Bridgeways**1220 75<sup>th</sup> Street SW, Everett, WA 98203

425- 513-8213

**Catholic Community Services – Mount Vernon, Skagit County**

320 Pacific Place, Mount Vernon, WA 98273

360-416-7546

**Catholic Community Services – Bellingham, Whatcom County**

1133 Railroad Avenue, Bellingham, WA 98225

360-676-2164

**Compass Health – Everett, Snohomish County**

4526 Federal Avenue, Everett, WA 98203-8810

*Alternative languages available: American Sign Language, Arabic, Bosnian, Cambodian, Cantonese, Farsi, French, Japanese, Korean, Mandarin, Romanian, Russian, Spanish, Tagalog, and Ukrania*

1-800-457-9303

**Compass Health - Camano Island, Island County**

127 NE Camano Drive, Camano Island, WA 99133

*Alternative Languages Available: Spanish*

360- 678-5555 or 360- 312-4868

**Compass Health – Friday Harbor, San Juan County**

820 Guard Street, Friday Harbor, WA 99133

*Alternative Languages Available: Spanish*

360-378-2669

**Compass Health – Mount Vernon, Skagit County**

1100 South 2nd Street, Mount Vernon, WA 99133

*Alternative Languages Available: Spanish*

360-419-3500

**Lake Whatcom Residential and Treatment Center**

609 A North Shore Drive

Bellingham WA 98226-4414

360-676-6000

**Sea Mar Counseling and Social Services – Bellingham, Whatcom County**

4455 Cordata Pkwy, Bellingham, WA 98226-8037

*Alternative languages available: French and Spanish*

360-734-5458

**Sea Mar Counseling and Social Services – Everett, Snohomish County**

8625 Evergreen Way, Suite #255, Everett, WA 98208-2620

*Alternative languages available: French and Spanish*

425-347-5415

**Sea Mar Counseling and Social Services – Mount Vernon, Skagit County**

1400 N. LaVenture Road, Mount Vernon, WA 98273-2766

*Alternative languages available: French and Spanish*

360-428-8912

**Whatcom Counseling & Psychiatric Clinic**

3645 E. McLeod Road, Bellingham, WA 98226-8799

360-676-2220/1-888-311-0120

## **Northeast Washington Regional Support Network**

*Serving Ferry, Lincoln, Pend Oreille and Stevens Counties.*  
260 N. Oak Street  
Colville, WA 99114-2948

Toll Free: 1-800-201-4252  
Public Phone: 509-935-6801  
Ombuds Services: 1-800-735-7857  
24-Hour Crisis Line: 1-800-767-6081

### **Authorized Community Mental Health Agencies**

	<b>Phone</b>
<b>Ferry County Community Services</b> 42 Klondike Road, Republic, WA 99166-9701	<b>509-775-3341</b>
<b>Pend Oreille County Counseling Services</b> 325 S. Washington Street, Newport, WA 99156-9671	<b>509-447-5651</b>
<b>Stevens County Counseling Services</b> 165 E. Hawthorne Avenue, Colville, WA 99114-2629	<b>509-684-4597</b>
<b>Stevens County Counseling Services - Davenport, Lincoln County</b> 1211 Merriam Street. Davenport, WA 99122-0278	<b>509-725-3001</b>

## **Peninsula Regional Support Network**

*Serving Clallam, Jefferson and Kitsap Counties.*

614 Division Street, MS 23  
Port Orchard, WA 98366-4676

Toll Free: 1-800-525-5637  
Public Phone: 360-337-4886  
Ombuds Services: 1-888-377-8174  
**24-Hour Crisis Lines:**  
**Kitsap County: (360) 479-3033/(800) 843-4793**  
**East Jefferson County: (360) 385-0321/(800) 659-0321**  
**East Clallam County: (360) 452-4500**  
**West Jefferson and West Clallam County: (360) 374-5011**  
**(Non-Business hours): (360) 374-6271**

### **Authorized Community Mental Health Agencies**

	<b>Phone</b>
<b>Jefferson Mental Health Services</b> 884 West Park Avenue, Port Townsend, WA 98368-0565	<b>360-385-0321</b>
<b>Kitsap Mental Health Services</b> 5455 Almira Drive, Bremerton, WA 98311-8331 <i>Alternative languages available: Japanese, Spanish and Tagalog</i>	<b>360-405-4010</b>
<b>Peninsula Community Mental Health Center</b> 118 East 8th Street, Port Angeles, WA 98362-6129	<b>360-457-0431</b>
<b>West End Outreach Services</b> 530 Bogachiel Way, Forks, WA 98331-9120 <i>Alternative languages available: Spanish</i>	<b>360-374-5011</b>

## **Pierce County Regional Support Network**

*Serving Pierce County*

3580 Pacific Avenue  
Tacoma, WA 98418-7915  
Web: <http://www.co.pierce.wa.us/pc/services/health/mental/services.htm>

Toll Free: 1-800-531-0508  
Public Phone: 253-798-7202  
Ombuds Services: 1-800-531-0508  
24-Hour Crisis Line: 1-800-576-7764

### **Authorized Community Mental Health Agencies**

	<b>Phone</b>
<b>Mobile Outreach Crisis Services</b>	<b>253-798-2709</b>
<b>Crisis Triage</b> 3580 Pacific Avenue, Tacoma, WA 98418-7915	<b>253-798-4357</b>
<b>Crisis Intervention Teams</b>	<b>Tacoma/Peninsula Area: 253-396-5089</b> <b>Lakewood/Southwest Pierce County Area: 253-584-8933</b> <b>Puyallup/East Pierce County Area: 253-445-8125 or 1-888-445-8125</b>
<b>Asian Counseling Services</b> 4301 South Pine Street, Suite 405, Tacoma, WA 98409 <i>Alternative languages available: Many Asian Languages spoken</i>	<b>253-697-8650</b>
<b>Catholic Community Services</b> 5410 N. 44th Street, Tacoma, WA 98407-3799 <i>Alternative languages available: American Sign Language, Cambodian, Chamorro, Dagaari, French, German, Korean, Nigerian, Norwegian, Romanian, Shona, Spanish, Swedish, and Tagalog</i>	<b>253-759-9544</b>
<b>Comprehensive Mental Health (Tacoma/Peninsula Area)</b> 514 S. 13 <sup>th</sup> Street, Tacoma, WA 98402 (Adults/Older Adults) 1201 S. Proctor Street, Suite 1, Tacoma, WA 98405-2095 (Children/Families) <i>Alternative languages available: American Sign Language, Cantonese, Farsi, German, Hindi, Italian, Mandarin, Palauan, Punjabi, Russian, Samoan, Spanish, Swahili, Tagalog, Ukrainian and Vietnamese</i>	<b>253-396-5000</b> <b>253-396-5800</b>

**Pierce County Regional Support Network (continued)***Serving Pierce County*

3580 Pacific Avenue  
Tacoma, WA 98418-7915  
Web: <http://www.co.pierce.wa.us/pc/services/health/mental/services.htm>

Toll Free: 1-800-531-0508  
Public Phone: 253-798-7202  
Ombuds Services: 1-800-531-0508  
24-Hour Crisis Line: 1-800-576-7764

**Authorized Community Mental Health Agencies****Phone**

<b>Good Samaritan Community Health Services (Puyallup/East Pierce County)</b> 325 E. Pioneer, Puyallup, WA 98372-3265 <i>Alternative languages available: American Sign Language, Cambodian, French, German, Korean, Mandarin, Samoan, Spanish, Taiwanese, Thai, and Vietnamese</i>	<b>253-445-8120</b>
<b>Greater Lakes Mental Healthcare (Lakewood/Southwest Pierce County)</b> 9330 59th Avenue SW, Lakewood, WA 98499-6600 <i>Alternative languages available: American Sign Language, Arabic, German, Korean, Spanish, and Tagalog</i>	<b>253-581-7020</b>
<b>Kwawachee Counseling Center of the Puyallup Tribal Health Authority</b> 2209 E. 32nd Street, Tacoma, WA 98404-4997	<b>253-593-0247</b>
<b>Sea Mar Counseling and Social Services</b> 1112 S. Cushman Avenue, Tacoma, WA 98405-3631 <i>Alternative languages available: Spanish</i>	<b>253-396-1634</b>

**Southwest Regional Support Network***Serving Cowlitz County.*

1952 9<sup>th</sup> Avenue  
Longview, WA 98632-4045  
Web: <http://www.cowlitzcounty.org/humanservices/swrsn.htm>

Toll Free: 1-800-803-8833  
Public Phone: 1-800-803-8833  
Ombuds Services: 360-501-6774  
24-Hour Crisis Line: 1-800-803-8833

**Authorized Community Mental Health Agencies****Phone**

<b>Center for Behavioral Solutions</b> 600 Broadway, Longview, WA 98632-3256 <i>Alternative languages available: Spanish</i>	<b>360-414-2280</b>
<b>Lower Columbia Mental Health Center</b> 921 14th Avenue, Longview, WA 98632-2316 <i>Alternative languages available: Filipino, German, Russian and Spanish</i>	<b>360-423-0203</b>

**Spokane County Regional Support Network***Serving Spokane County.*

312 West 8<sup>th</sup> Avenue, 4th Floor  
Spokane, WA 99204-2506  
Web: <http://www.spokanecounty.org/mentalhealth>

Toll Free: 1-800-273-5864  
Public Phone: 509-477-5722  
Ombuds Services: 1-866-624-1740  
24-Hour Crisis Line: 1-877-678-4428

**Authorized Community Mental Health Agencies****Phone**

<b>Catholic Family Services</b> 1023 W. Riverside Avenue, Spokane, WA 99210-1453	<b>509-358-4269</b>
<b>Children's Home Society Washington</b> 2323 N. Discovery Place, Spokane Valley, WA 99216-1566	<b>509-747-4174</b>
<b>Family Service Spokane</b> 7 S. Howard Street, Suite 321, Spokane, WA 99201-3816	<b>509-838-4128</b>
<b>Grief Counseling Services</b> 1016 N. Superior Street, Spokane, WA 99202-2059 <i>Alternative languages available: Spanish</i>	<b>509-238-6182</b>
<b>Hope Partners/REM Associates</b> 1117 West First Avenue, Spokane, WA 99201	<b>509-835-3599</b>
<b>Lutheran Social Services NW</b> 7 S. Howard Street, Suite #200, Spokane, WA 99201-3823 <i>Alternative languages available: ASL, French and Spanish</i>	<b>509-747-8224</b>
<b>Spokane Mental Health</b> 107 S. Division Street, Spokane, WA 99202-1586 <i>Alternative languages available: American Sign Language, French, German, Latin, Spanish, Tagalog, and Vietnamese</i>	<b>509-838-4651</b>
<b>Spokane County Supportive Living Program</b> 315 W. Mission Avenue, Suite #26, Spokane, WA 99201-2327 <i>Alternative languages available: Spanish</i>	<b>509-477-4386</b>
<b>The N.A.T.I.V.E. Project</b> 1803 W. Maxwell Avenue, Spokane, WA 99201-2831	<b>509-325-5502</b>

**Thurston-Mason Regional Support Network***Serving Mason and Thurston Counties.*412 Lilly Road NE  
Olympia, WA 98506-5132Toll Free: 1-800-624-1234  
Public Phone: 360-786-5585  
Ombuds Services: 1-800-624-1234 x2982  
24-Hour Crisis Line: 1-800-627-2211**Authorized Community Mental Health Agencies****Phone****Behavioral Health Resources****360-704-7170**

317 Fourth Avenue E, Olympia, WA 98501-1191

*Alternative languages available: ASL, Cantonese, French, German, Mandarin, Russian, Spanish and Vietnamese.***South Sound Mental Health Services****360-754-7576**

6340 Capitol Boulevard S, Olympia, WA 98507-0677

*Alternative languages available: ASL, Cantonese, French, German, Mandarin, Russian, Spanish and Vietnamese.***Timberlands Regional Support Network***Serving Lewis, Pacific and Wahkiakum Counties.*PO Box 217  
Cathlamet, WA 98612-0217**24-Hour Crisis Lines:**  
**Lewis County: 1-800-559-6696**Toll Free: 1-800-392-6298  
Public Phone: 360-795-3118  
Ombuds Services: 1-866-322-1015  
**Pacific County: 1-800-884-2298**  
**Wahkiakum County: 1-800-635-5989****Authorized Community Mental Health Agencies****Phone****Cascade Mental Health Care**

135 W. Main, Chehalis, WA 98532-0378

2428 Reynolds Avenues, Centralia, WA 98531

(Child &amp; Adolescent Program)

**360-748-6696/1-800-559-6696****360-330-9044/1-800-559-6696****Wahkiakum County Mental Health Services**

42 Elochoman Valley Road, Cathlamet, WA 98612-9602

**360-795-8630/1-800-635-5989****Willapa Counseling Center**

1107 North Pacific Hwy, Long Beach, WA 98631

819 Alder, South Bend, WA 98586

**360-642-3787/1-800-884-2298****360-895-9426/1-800-884-2298**